

院舍安寧服務 推行有困難

◆李孟進

對於一些病情無法逆轉的末期病人而言，例如嚴重認知障礙、末期癌症，或心、肺、腎功能嚴重衰竭者，我們的選擇是仍要努力搶救來延長不必要的生命治療，抑或是容許自然死亡。這是一個備受爭議的話題，加上目前仍有不少病人家屬將死亡視為負面，害怕談及，甚至擔心被人批評「簽紙讓家人死亡」，所以即使有長者明言願意接受自然死亡的安排，以免脆弱生命屢受折騰，但也未必能夠如願。

香港大學 2016 年的調查發現，逾八成港人期望由自己決定最後人生路的安寧照顧，也有些末期病患者及其家人向醫生求助，不想進出醫院及不願最後日子在醫院度過，他們願意選擇「在家」或「院舍中」終老。與此同時，政府正積極推行「在家及院舍安寧服務」，期望可以減輕醫管局的醫療負擔。政府亦提供醫護人員上門醫療服務，支援家庭或院舍，讓病人可在家人陪伴下，有尊嚴地走畢全程。

「在家終老」比較簡單，只牽涉一個家庭。至於「院舍終老」，目前有個別院舍撥出舒適房間，供這些家庭居住，讓家人多加陪伴，有些是在彌留期間才送醫院，有些是等到病人失去呼吸再送到公立醫院發死亡證。

這或許反映現代長者、其家人及醫管局，對於死亡安排已經不再忌諱。

儘管如此，要全面落實上述「院舍安寧服務」似乎仍是漫漫長路。香港安老服務協會執委李輝女士直言計劃原意是好，但尚未成熟，加上未有相關法例配套及宣傳不足，令到院舍即使想配合亦有心無力。

李輝同時是多間護老院舍服務的營運者，眼見太多長者在院舍內離世，她說，現今的長者會思考臨終安排，包括事先提出臨終安排、選定棺木及殮葬方式等，他們甚至會說喜歡在家或院舍等熟悉的環境中有親人陪伴下離世。

但對於一些選擇「自然死亡」，甘願在家或者在護老院善終的長者來說，他們基本要求就是

不想再受苦，但由於法例規定，在未有醫生簽發死亡證前，救護車急救員送病人入醫院之前，是要盡最後的努力搓壓搶救，結果令到有些彌留時的老弱長者，因身體沒有肌肉承托骨骼而再骨折，沒有呼吸也要受折磨，見者心痛。

她又指出，另一個令護老院舍卻步的原因是家人的不諒解，以為護老者會疏忽照顧長者，令長者提早結束生命，於是投訴埋怨不絕。有一個個案是經常探望長者的直系家屬明白父親病入膏肓，死於自然，但不知底蘊的遠房親戚大吵指死因可疑。雖然很多個案最終可還護老院清白，但在過程中單是去警署落口供、準備行政文書及法律文件等，已令護老院吃不消。

這也是明知病者不喜歡入醫院，護老院舍也要送他們住院的原因之一。此外，一般護老院舍面積不大，若果太多長者在護老院過世，經營者一方面要考慮如何善後，同時以不影響其他長者情緒為前提，這些都是現時護老院仍未克服，要好好思量的大局。

治老奇方之五十五

◆香山亞黃



昔日金童玉女
轉眼青春逝水
公莫嫌婆色衰
婆莫笑公顏退
情在留得金玉
關心毋須親嘴

新 冠 狀 病 毒 愈 來 愈 惡

老友記難免擔心。一來食肆限人數，看起來好像有點可怕。二來外出又要擔心口罩、搓手液等夠不夠。三來，不外，自己又像被困家中，仔女遠道來探望也多重擔心，院舍的老友記更只能閉門尋開心。

溫馨提示：(1) 年紀

獨一無二的「人生畢業禮」禮服

◆張煒森



我們相信，縱然人沒法選擇死亡的時間，卻可選擇自己獨一無二的告別儀式。有見香港傳統殯儀用品的選擇較少及偏向保守，東華三院於 2013 年成立「雲尚禮儀 (ONCE)」，承先啟後，以傳承中國禮儀為己任，突破固有框架。雲尚禮儀設計出一系列創新而不失傳統

統意義的追思及殯儀產品讓大眾選用。各位長者可按個人的喜好，圓滿人生的畢業禮！為社會大眾在殯儀產品中提供更多選擇之餘，更積極推廣「後事我話事」的理念，及早安排。

「後事我話事」的理念。如欲知道更多資料，可致電 26517809 查詢。

雲尚禮儀自家設計的壽衣光鮮亮麗，長者更可度身訂造。



雲尚禮儀自家設計的壽衣光鮮亮麗，長者更可度身訂造。

康健者兵之防疫廚房 (一)

◆梁穎勤

大不是罪過；(2) 負面情緒會破壞免疫力，讓我們更易輸給病毒；(3) 免疫力不一定只能靠疫苗，健康生活習慣也可以為你加分。

少 3 大原則：
● 多吃蔬果，減少身體發炎介質。舉例，西蘭花、蕃茄、燈籠椒、南瓜、牛油果和茶都可為健康儲分。

醫向來不主張多吃煎炸食物，而西方研究亦證實快餐（如薯條、炸雞）、香腸、火腿、高糖份飲品及植物牛油等，容易造成身體發炎，防疫期間盡量忍口。

顛大家，如今抗疫期間，我們不宜餐餐只吃大塊肉，建議每餐有菜有肉，並且多吃水果。

以上食材雖然普通，但以燈籠椒為例，富類胡蘿蔔素和葉黃素等，既可增強抵抗力，又補眼。吃一個中型燈籠椒（可切絲煮鮮百合或瘦肉），便能提供老友記每日所需類胡蘿蔔素的兩成，很厲害吧。

● 戒煙。長期吸煙者的免疫力會被拉低，尤其口腔黏膜會被尼古丁以及聚丙乙稀等化學物質破壞，易出現慢性乾燥，口腔潰瘍的痊癒速度比非吸煙者慢 2 至 3 倍，在新冠病毒肆虐期間會增加患病風險。

那麼吃甚麼蔬果食物才夠力量？中醫師多主張正氣飲食，如菜心、蒸豬肉、蒸魚、煮或蒸米飯等。綜合外國研究，對抗新冠病毒，總結出有最

● 減少煎炸食物，以免自製發炎機會。其實中

免自製發炎機會。其實中